**Ders Çalışma Programı Hazırlama:**

Haftalık ders programı hazırlarken, günlük etkinliklerinizi haftanın her günü için ayrı ayrı gözden geçirmelisiniz. Okul gidiş – dönüş ya da canlı ders saatleri, çalışma için ayrılan süre,yemek arası, dinlenme, gezme, TV, arkadaşlarınız için ayırdığınız süre ve diğer işler için ayrılacak zamanı önceden belirlemelisiniz.

Ders programınızı 3 aşamada hazırlamalısınız. Bunlar;

**1. Aşama**:

Her derste çalışmanız gereken konuları belirleyiniz. Örneğin, matematikte doğal sayılar, denklemler, Türkçe; anlam bilgisi, zamirler, noktalama işaretleri gibi.

**2. Aşama**:

Çalışmanız gereken dersleri ve konuları haftanın günlerine bölerek yerleştiriniz.

**3. Aşama**:

Okuldan geliş ya da canlı ders bitiş saatiniz ile uykuya yatış saatiniz arasındaki süreyi hesaplayınız. Bir gün boyunca yemek, dinlenme, okul işleri, hobileriniz, müzik, spor ve diğer aktivitelerinizi planlı bir şekilde düzenleyerek arta kalan süreyi 45 dk çalışma – 5 dk tekrar – 10 dk dinlenme şeklinde tanzim ederek belirlediğiniz konular bitene kadar çalışın.

**Program hazırlanırken dikkat edilecek hususlar**:

• İdeal program yerine uygulayabileceğiniz bir program hazırlamanız daha mantıklı olacaktır.

• Ağır bir program hazırlamak yerine esnek bir program hazırlamalısınız.

• 2 sözel ya da 2 sayısal ders peş peşe çalışmamalısınız.

• Bir konuya, aynı zamanda ve aynı metotla sadece bir saat çalışmalısınız. Eğer bir konuyu bir oturuşta bitirmek zorundaysanız, çalışma metodunuzu değiştirmelisiniz. Mesela bir saat ders çalıştıysanız, bir saat test çözün. İlk 30 dakikadan sonra öğrenme veriminiz düşmeye başlar.

• Eğer 4-5 saat sonra hala aynı konuya aynı metotla çalışıyorsanız fazla verim alamıyorsunuz demektir.

• Uyumadan önce yapacağınız tekrarlar bilgilerin hafızada daha çok kalmasını sağlar.

• En verimli ders çalışma saatleri kişiden kişiye değişse de genel olarak sabah 8-12 arası öğleden sonra 16-18 arası, akşam ise 20-23 arasıdır.

• Zihinsel ve bedensel olarak en dinç olduğunuz saatlerde zorlandığınız derslere çalışınız.

• Uykunuzu tam alırsanız, daha verimli ders çalışabilirsiniz. Çalışma ve dinlenme vakitleri günün aynı saatlerinde olmalıdır.

• Çalışma ortamı sabit ve sade olmalıdır.

• Bu çalışmalar zorunluluk değil, sorumluluk olarak algılanmalıdır.

• Gerekiyorsa çalışma ortamı değiştirilmelidir.

• Ders çalışmadan sosyal aktivitelere başlamayınız, sosyal aktiviteleri kendinize ders çalışma programından sonra ödül olarak verebilirsiniz.

• Ders çalışırken, eksik olduğunuzu hissettiğiniz konulara öncelik veriniz. Bildiğiniz konuları tekrar tekrar okuyarak zaman kaybetmeyiniz. Bildiğiniz konuları soru çözerek pekiştiriniz.

**DERS ÇALIŞMA PLANI HAZIRLANNIRKEN NELERE DİKKAT EDİLMELİDİR?**

• Çalışmak için ayrılacak saatler saptanırken, çalışılacak dersin verildiği gün ve saate yakın olmasına dikkat edilmelidir. Bu durum unutmayı azaltır, öğrenileni pekiştirir.

• Haftalık çalışma planı yaparken, her gün, hangi saatlerde hangi etkinliği yaptığınızı düşünerek her etkinlik için belli zamanlar ayırın. Dersi verimli çalışabilmeniz için yapmanız gereken şey dersinizi engelleyecek etkenlerin en az olduğu saatleri çalışmaya ayırmaktır.

• Genellikle en zor dersleri, en iyi anladığınız saatlerde çalışmak gerekir. En verimli saatler sabah saatleri ve yatmadan hemen önceki saatlerdir.

• Yemekten sonra yarım saat ara vermek iyi olur.

• Çalışmak için belirlediğiniz saatler, yorgun olmayacağınız ve çalışma dışında her şeye "hayır" diyebileceğiniz saatler olsun.

• Programı tamamladığınızda, programda değişiklik yapma ihtiyacı duyup duymadığınızı kontrol edin,

• Çalışmak için belirlediğiniz saatte çalışma odanızda ve masanızda olun. Çalışma isteğiniz yoksa bile lütfen masadan kalkmayın ve başka bir şeyle ilgilenmeyin

• Çalışma planında hep derse yer vermek doğru değildir. Arkadaşınıza, ailenize, sinemaya vb. birçok sosyal etkinliğe de çalışma planınızda yer verin. Bu ders dışı faaliyetleri plana mutlaka saati saatine yazın.

Nasıl bir zamanlama, ders çalışırken en yüksek verimi sağlar?

45'+5'+10'=60'

o 45 dakika ders çalıştıktan sonra

o 5 dakika çalıştığınız konuları gözden geçirmelisiniz

o Her çalışma süresinden sonra da 10 dakikalık bir dinlenme arası vermelisiniz